Covid-19اور فلو ویکسینیشن: آپ کے سوالات اور جوابات

Flu اور Covid-19 کے وائرس اس موسم سرما میں گردش میں ہوں گے۔ ویکسینیشن آپ کو اور آپ کے پیاروں کو دونوں بیماریوں کے خلاف بہترین تحفظ فراہم کرتی ہیں۔ ہمارے ویکسینیٹرز سے ویکسین کے بارے میں پوچھے گے سوالوں کے جوابات درج ذیل ہیں۔

1. Covid-19اورflu ویکسین کیسے کام کرتی ہیں؟

Covid-19اورfluویکسین بھی باقی تمام ویکسین کی طرح کام کرتی ہیں: یہ آ پ کے مدافعتی نظام کو سگنل بھیج کر اینٹی باڈیز تیار کرتی ہے جو وائرس کے خلاف لڑیں گی۔ ایک مرتبہ جب آپ کا مدافعتی نظام بیماری کے خلاف عمل جان لیتا ہے تو یہ آئندہ کسی بھی وائرس کی مداخلت پر آپ کی حفاظت کر تا ہے۔ یہ ویکسین آپ کا (DNA)ڈی۔این۔اے کو تبدیل نہیں کرتی اور نہ ہی اس میں کو جاندار وائرس پایا جاتا ہے۔

ویکسین آپ کے مدافعتی نظام کو اینٹی باڈیز بنانے کا سب سے تیز، بہترین اور قابل اعتماد طریقہ ہے جو کہ آپ کو بیماری یا وائرس لگنے کے خلاف حفاظت کرتی ہیں ۔

2. میں پہلے ہی دو یا تین Covid-19کی ویکسین لگوا چکا ہوں اور پچھلے سال Fluویکسین بھی لگوائی تھی۔ مجھے مزید ویکسین لگوانے کی ضرورت کیوں ہے؟

Flu اور Covid-19 ویکسین کے ذریعے فراہم کردہ تحفظ وقت کے ساتھ ساتھ ہر ایک کے لیے کم ہو جاتا ہے، اور دونوں وائرس مختلف طریقوں سے پھیلنے والی نئی (variants)شکلوں میں پیدا ہونے لگتے ہیں ۔ہم Covid-19 یا Flu کے انفیکشن سے سب سے زیادہ خطرہ والے لوگوں سے اضافی ویکسینیشن کے ذریعے ان کی قوت مدافعت کو' بڑھانے 'کے لیے کہہ کر اس پر قابو پاتے ہیں۔

Covid-19 ویکسین ، 18 سال سے زیادہ عمر کے لوگوں کے لیے تین خوراکیں ہیں – پہلی، دوسری اور بوسٹر۔ اگر آپی بڑی عمر کے ہیں یا حاملہ ہیں یا صحت کے لحاظ سے کمزور ہیں اورCovid-19کے لگنے کا خطرہ زیادہ ہے تو آپ کو اضافیCovid-19 ویکسین پیشکش کی جائے گی۔

Fluکے لیے، جن لوگوں زیادہ خطرہ ہے ان کو سال میں ایک مرتبہ موسمی فلو ویکسین لگانے کو کہا جاتا ہے۔ یہ سالانہ فلو ویکسین وائرس کی جدید شکل سے بچنے کی صلاحیت رکھتی ہے۔

3. ویکسین کام نہیں کرتی ہیں۔ ویکسین لگوانے کے بعد بھی لوگ Covid-19 اور Flu کا شکار ہوتے ہیں۔

Covid-19اور Flu کی ویکسین پوری طرح سے آپ کو تحفظ نہیں دے سکتے کیونکہ یہ دونوں وائرس وقت کے ساتھ نئی شکل اختیار کر تے رہتے ہیں۔ تاہم، ویکسین آپ کے شدید بیمار ہونے ، ہسپتال میں داخل ہونے اور شدید انفیکشن کی وجہ سے مرنے کے امکانات کو کم کر دیتی ہے اور بچا سکتی ہے۔

4. زندگی کے معمول پر آنے کے بعد بھی مجھے Covid-19ویکسین لگوانے کوکیوں کہا جا رہا ہے؟

Coivd-19کی پابندیاں ہٹنے کے بعد ایسا لگتا ہے کہ Covid-19ختم ہو چکا ہے۔ لیکن انگلینڈ میں زندگی کے معمول پر آنے کی وجہ یہی ہے کہ بہت سارے لوگوں کو ویکسین لگائی گئی ہے، خصوصاً کمزور صحت والے جن کو Covid-19جلدی لگنے کا خطرہ ہو جیسے بزرگ اور بنیادی صحت کے مسا ئل سے دوچار مریض وغیرہ۔

انگلینڈ میں، اعلی قسم کی ویکسینیشن کا مطلب ہے کہ Covid-19 کی Omicron قسم کو ہلکا سمجھا جاتا ہے، لیکن اسی قسم کی وجہ سے ہانگ کانگ جیسے دیگر ممالک میں غیر ویکسین والے بزرگ افراد میں ہزاروں اموات ہوئی ہیں[1]۔

ہمیں یہ نہیں بھولنا چاہیے کہ Covid-19کی وبائی بیماری کتنی تباہ کن تھی۔ برطانیہ میں مارچ2020سے اگست2020کے درمیان Covid-19سے 203,158اموات ہوئیں اور 1.8ملین لوگLong Covidکا شکار ہوئے۔ مارچ2020 سے مارچ2021تک، Covid-19 ویکسینیشن کے وسیع ہونے سے پہلے، برطانیہ میں پچھلے پانچ سال کی اموات کی شرح سے 21%زیادہ تھی[2]۔ ہم اس وائرس کے بارے میں پوری طرح مطمئن نہیں ہو سکتے۔

5. مجھے Covid-19انفیکشن ہواتھا۔ مجھےویکسین لگوانے کی ضرورت کیوں ہے؟

اگر آپ Covid-19کی وجہ سے بیمار ہیں تو آ پکا مدافعتی نظام اینٹی باڈیز پیدا کر سکتا ہیں جو کہ کچھ حد تک تحفظ فراہم کرتے ہیں۔ لیکن انفیکشن کی وجہ سے قوت مدافعت غیر متوقع ہے۔ کچھ لوگوں کی قوت مدافعت زیادہ ہو سکتی ہے جبکہ دوسروں کے پاس بہت کم استثنا باقی رہ جاتا ہے اور ان کو دوبارہ Covid-19ہو سکتے ہیں۔

Covid-19ویکسین لگوانے کے بعد آپ کا مدافعتی رد عمل وائرس کے انفیکشن کے بعد کے رد عمل سے کہیں زیادہ مضبوط اور قابل اعتماد ہوتا ہے۔

ایک قابل غور بات یہ ہے کہ Covid-19انفیکشن یا ویکسینیشن کے ذریعے فراہم کردہ تحفظ وقت کے ساتھ کم ہو جاتا ہے، اس لیے یہ ضروری ہے کہ اضافی ویکسین کی خوراکیں لگوا کر قوت دفاع بڑھایا جائے۔

[1] The British Medical Journal: How Hong Kong's vaccination missteps led to the world's highest covid-19 death rate
[2] Office for National Statistics: Coronavirus (COVID-19) latest insights

6. میں Covid-19ویکسین کی وجہ سے پریشان ہوں کہ یہ میری جنسی کارکردگی اور زرخیزی کو متاثر کرے گی۔

Covid-19ویکسین کے بارے میں غلط معلومات مشہور ہے کہ اس سے جنسی خواہش اور کارکردگی متاثر ہوتی ہے۔ Covidویکسین آپ کے حاملہ ہونے کی صلاحیت کو متاثر نہیں کرے گی، آپ کے سپرم کے معیار کو متاثر نہیں کرے گی، اور آپ کی جنسی خواہش یا عضو تناسل کو برقرار رکھنے کی آپ کی صلاحیت کو تبدیل نہیں کرے گی۔

Covid-19ویکسین بھی باقی تمام ویکسینز کی طرح کام کرتی ہیں، یہ آ پ کے مدافعتی نظام کو سگنل بھیج کر اینٹی باڈیز تیار کرتی ہے جو وائرس کے خلاف لڑیں گی۔ ان میں کوئی ایسا اجزا نہیں ہوتا جو آپ کی زرخیزی یا آپ کی جنسی کارکردگی کو متاثر کرے اور ویکسین کے اجزا چند دنوں میں آپ کے جسم سے نکل جاتے ہیں۔

7. میں حاملہ ہوں اور دودھ پلا رہی ہوں ۔ کیا Covid-19ویکسین میرے بچے کو نقصان پہنچائے گی اور مجھے کتنی ویکسین کی ضرورت ہے؟

آگر آپ حاملہ ہیں تو Covid-19کی تمام تجویز کردہ ویکسین آپ کو لگنی چاہیے، اگر آپ صحت مند اور فٹ ہوں تب بھی دیگر ویکسینز بشمول Covidبوسٹر جن کے آپ حقدار ہیں سب آپ کو لگنی چاہیے۔ آپ کے حمل کے دوران کووڈ ویکسین لگوانا محفوظ ہے۔

ویکسین کے اجزاء آ پکے نال میں نہیں جا سکتے ، وہ آپ کے مدافعتی نظام کو سگنل بھیجتے ہیں تاکہ وہ آ پکے جسم میں اینٹی باڈیز بنائیں جو وائرس کو پہچانے اور ان سے لڑ سکے۔ یہ اجزاء چند دنوں کے بعد آ پکے جسم سے نکل جاتے ہیں۔

مطالعات[3] سے یہ بات سامنے آئی ہے کہ ،تمام ویکسین بشمول فلو ، کووڈ ویکسینیشن سے تیار کردہ حفاظتی اینٹی باڈیز ماں سے بچے کو نال کے پار، پیدائش کے بعد دودھ کے ذریعے ، بچے کی زندگی کے پہلے چند مہینوں تک قوت مدافعت میں مدد فراہم کر سکتے ہیں[4]۔

8. میں Covid-19 اورFluویکسین کے مضر صحت اثرات سے پریشان ہوں۔ مجھے کیا توقع کرنی چاہیے؟

Covid-19 یا فلو وائرس یا دونوں وائرس سےہونے والے مضر صحت اثرات کم پیچیدہ ہوتے ہیں اور وہ عام طور پر کچھ دنوں میں ختم ہو جاتے ہیں۔ اگر آپ کے مضر صحت اثرات زیادہ خراب ہو رہے ہیں اور آپ فکر مند ہیں تو NHS111پر کال یا کلک کریں۔ اگر آپ کسی ہیلتھ پروفیشنل سے طبی مشورہ لیتے ہیں تو آپ ان کو اپنی ویکسینیشن کے بارے میں ضرور بتائیں تاکہ وہ آ پکا صحیح طبی مطالعہ کریں۔

ہر انسان مختلف ہوتا ہے، آپ کو جو مضر صحت اثرات کا سامنا ہے وہ آپ کو لگائی گئی ویکسین پر منحصر کرتا ہے چاہے وہ آپ کی پہلی خوراک ہو یا دوسری یا آپ پر خود بطور انسان بھی۔ عام طور پر مضر صحت اثرات یہ ہیں:

- جس بازو میں آپ نے انجکشن لگایا، اس جگہ دردناک اور بھاری پن کا احساس
- سر درد یا پٹھوں میں درد
- سردی لگنا
- متلی یا الٹی
- اسہال/پیٹ خراب ہونےکی شکایات
- تھکاوٹ محسوس کر نا
- بخار (درجہ حرارت 37.8 ڈگری سینٹی گریڈ سے زیادہ)
- جوڑوں کا درد

آپ کو ایک یا دو دن تک کپکپاہٹ اور لرزنے کی اقساط کے ساتھ فلو جیسی علامات بھی ہو سکتی ہیں۔
پیراسیٹامول جیسی درد کش ادویات لینے سے ان علامات کو کم یا ختم کر سکتے ہیں۔

کووڈ ویکسینیشن لگنے کے بعد کچھ لوگوں کو ماہواری کی شکایات ہو سکتی ہیں۔یہ تبدیلیاں عام طور پر ان تغیرات کے مقابلے میں بہت چھوٹی ہیں جو عام طور پر ماہواری کے دوران قدرتی طور پر ہوتی ہیں اور جلد ہی بہتر ہو جاتی ہیں۔

یہ بات نوٹ کرنا ضروری ہے کہ، مضر صحت اثرات کو اگر قطع نظر کر لیا جائے، آپ پھربھی ویکسین سے فائدہ اٹھا رہے ہیں۔اگر آپ کو Covidسے ہونے والے ضمنی مضر صحت اثرات کا سامنا کرنا پڑتا ہے تو ہم تجویز کریں گے آپ ویکسین کی تمام خوراکیں لیں۔ تجویز کردہ مکمل کورس ہی آپ کو اور دوسروں کو وائرس کے خلاف بہترین تحفظ فراہم کر سکتے ہیں[5]۔

9. اگر میں Covid-19 اورFluویکسینز ہمہ وقت لگواؤ تو میرے مضر صحت اثرات زیادہ بدتر ہوں گے؟

اگر آپ فلو اور Covid-19دونوں ویکسینز کے حقدار ہیں تو آپ کو ایک وقت میں ایک ہی ویکسینیشن کی پیشکش کی جا سکتی ہے اور دونوں مختلف بازوؤں میں دی جائے گی۔

جب آپ کو فلو اور Covid-19 کی ویکسین ایک ہی وقت میں لگائی جائے تو ضمنی اثرات زیادہ بدتر نہیں ہوتے ہیں، اور بہت سے لوگ اس وقت کو محدود کرنے کے لیے ایک ساتھ لگانے کو ترجیح دیتے ہیں تاکہ تکلیف کا وقت محدود ہو جائے ۔

10. Covid-19ویکسین بہت جلد تیار کی گئی تھی، میں کیسے اعتماد اور یقین کروں کہ یہ محفوظ ہے؟

برطانیہ میں استعمال ہونے والی تمام Covid-19 ویکسین کلینیکل ٹرائلز کے بنیادی تین مراحل سے گزارا گیا جن سے ہر ویکسین گزرتی ہے۔

ان کا دنیا بھر میں ہزاروں لوگوں پر تجربہ کیا گیا اور Covid-19 ویکسین کی پیداوار کو تیز کرنے کے لیے، تین آزمائشی مراحل کو اوورلیپ کرنے کے لیے منظم کیا گیا۔ امید افزا ویکسین کی پیداوار بھی ٹرا ئیل ختم ہونے سے پہلے شروع ہو گئی، جس سے ترسیل کے وقت کو تیز کرنے میں مدد ملی۔

ویکسین کی ٹرا ئیل اور حفاظت اور تاثیر کے سخت معیارات پر پورا اترنے کو یقینی بنانے میں کوئی کمی نہیں چھوڑی گئ۔ کروڑوں لوگوں کو Covid-19 کے خلاف ویکسین لگائی گئی ہے۔

11. مجھے Covid-19اور Flu سے کوئی خطرہ نہیں۔ مجھے ویکسین کیوں تجویز کی گئی؟

اگرچہ یہ سچ ہے کہ زیادہ تر لوگ جن کو Covid-19 یا فلو انفیکشن ہو وہ صحت یاب ہو جاتے ہیں، لیکن دونوں وائرس غیر متوقع کہ وہ لوگوں کو کیسے متاثر کرتے ہیں کیونکہ نوجوان، صحت مند لوگ بھی اسکا شکار ہو سکتے ہیں یا دونوں وائرس سے مربھی سکتے ہیں۔

کچھ لوگوں کو Covid-19سے شدید طبی پیچیدگیاں بھی ہو سکتی ہیں۔ برطانیہ میں 2 ملین لوگوں کو لانگ کوویڈ[6]Long Covid کے مسائل ہوے، جہاں انفیکشن کے چار ہفتے بعد بھی Covid کی علامات موجود ہوتی ہیں۔ چونکہ یہ بیماری پھیپھڑوں، دل اور دماغ کو نقصان پہنچا سکتی ہے، اس لیے یہ طویل مدتی صحت کے مسائل کا باعث بھی بن سکتی ہے جسے سمجھنے کے لیے ماہرین ابھی تک کام کر رہے ہیں۔

ویکسین لینے پر غور کرنے کی ایک اور وجہ یہ ہے: ویکسینیشن آپ کے آس پاس لوگوں کی حفاظت کرتی ہیں۔ یہاں تک کہ اگر آپ Covid-19یا Flu سے زیادہ بیمار نہیں ہوتے ہیں، تو آپ وائرس کسی اور کو منتقل کر سکتے ہیں جو زیادہ شدید متاثر ہو سکتا ہے۔

[3] American Medical Association: Assessment of Maternal and Neonatal Cord Blood SARS-CoV-2 Antibodies and Placental Transfer Ratios

[4] Royal College of Obstetricians and Gynaecologists: Vaccination
[5] Imperial College London: COVID vaccination impact on menstrual cycle appears to be small and short lived
[6] The Guardian: Two million people in UK living with long Covid, find studies | Long Covid

12. کیا مجھے Flu اور Covid-19 دونوں ویکسین لگانے کی ضرورت ہے؟

جی ہاں، اگر آپ فلو ویکسین کے حقدار ہیں تو یہ ضروری ہے کہ آپ کو Covid-19 ویکسین بھی پیش کی جائے - فلو اور Covid-19 ویکسین دو مختلف انفیکشنز کے خلاف تحفظ فراہم کرتی ہیں جو بہت سنگین ہو سکتے ہیں، خاص طور پر کمزور صحت والے لوگوں کے لیے۔

13. کیا ویکسین میں سور کا گوشت یا چربی شامل ہوتا ہے؟

Covid-19 ویکسینیشن میں جانوروں کا کوئی مواد نہیں ہے اور برٹش اسلامک میڈیکل کونسل اور مسلم کونسل آف گریٹ برطانیہ نے تجویز کی ہے کہ مسلم کمیونٹی شرعی قانون کے مطابق Covid-19 ویکسینیشن کی پیشکش کو قبول کریں۔

انجیکشن ایبل فلو ویکسین جو NHS بالغوں کو پیش کرتا ہے اس میں سور کا گوشت کےجیلیٹن جیسے عناصر نہیں ہوتے ہیں۔

بچوں کے لیے ناک کے فلو کی ویکسین میں سور کا گوشت کے جیلاٹین کی تھوڑی مقدار ہوتی ہے۔ والدین جن کو ناک کے فلو کی ویکسین پر مذہبی اعتراض ہے وہ اپنے بچوں کے لیے انجیکشن ایبل فلو ویکسین کی درخواست کر سکتے ہیں۔

14. میں انجکشن لگوانے سےخوفزدہ ہوں، ویکسین سے نہیں۔ کیا اس معملے میں کوئ سپورٹ دستیاب ہے؟

بہت سے لوگ کسی حد تک انجیکشن سے ڈرتے ہیں۔ یہ بالکل عام ہے اور ہمارے ویکسینیٹر اس کے بہت عادی ہیں – براہ کرم شرمندہ نہ ہوں۔

اگر آپ انجکشن کے بارے میں فکر مند ہیں، تو جب آپ اپنی ویکسینیشن کے وقت کسی کوضرور بتائیں - انہیں ان لوگوں کی مدد کرنے کے لیے تربیت دی جاتی ہے جو خوفزدہ، گھبراہٹ یا فکر مند ہیں اور آپ کو اضافی مدد فراہم کر سکتے ہیں۔

زیادہ تر لوگ جو گھبرائے ہوئےہوتے ہیں ویکسین لگواتے وقت کہتے ہیں کہ انہیں انجکشن کا إحساس ہی نہیں ہوا۔

15. اگر میں ویکسینیشن لگواتے وقت بیہوش یا گھبراہ گیا تو کیا ہو گا؟

براہ کرم پریشان یا شرمندہ نہ ہوں۔ اس قسم کے ردعمل عام ہیں اور ہمارے ویکسینیٹرز کو ان لوگوں کی مدد کرنے کے لیے تربیت دی جاتی ہے جنہیں ویکسین لگوانے کے لیے اضافی مدد کی ضرورت ہوتی ہے۔ اگر آپ ویکسین لگوانے کے بارے میں فکر مند ہیں اور ماضی میں انجکشن لگواتے وقت بیہوش ہو گئے ہیں یا بے چینی محسوس کر رہے ہیں، تو براہ کرم کلینک میں موجود کسی کو بتائیں جب آپ اپنی ویکسینیشن کے لیے پہنچیں گے۔

Covid-19 اور Flu ویکسینیشن کے بارے میں مزید معلومات کے لیے، بشمول اہلیت اور طریقہ

ویکسین حاصل کریں جس کے آپ حقدار ہیں، براہ کرم www.grabajab.net پر جائیں۔